

Kamila Witerska*  <http://orcid.org/0000-0003-2451-0016>

Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi

Anna Sieczka**

Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi

https://doi.org/10.25312/2083-2923.18/2020_07kw

Realizacja założeń pozytywnej dyscypliny we współczesnej rodzinie

Streszczenie: Artykuł jest próbą odpowiedzi na pytanie, jaka jest wiedza rodziców na temat pozytywnej dyscypliny jako nowej metody wychowania i czy proponowane przez pozytywną dyscyplinę techniki są stosowane we współczesnej rodzinie. Próbę odpowiedzi na powyższe pytania podjęła Anna Sieczka w ramach pracy dyplomowej w Akademii Humanistycznej w Łodzi, wydział w Sieradzu, pod kierunkiem dr Kamili Witerskiej. Pytania badawcze oscyływały wokół wiedzy i zastosowania pozytywnej dyscypliny w praktyce. Badania zostały przeprowadzone metodą sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem ankiety, w oparciu o autorski kwestionariusz.

Słowa kluczowe: pozytywna dyscyplina, pedagogika pozytywna, metody wychowania

* Kamila Witerska – dr, adiunkt w Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi. Stopień doktora nauk humanistycznych w zakresie pedagogiki uzyskała na Wydziale Pedagogicznym Uniwersytetu Warszawskiego. Interesuje się dramą, stymulowaniem motywacji i kreatywnego myślenia oraz wspieraniem rozwoju. Jest autorką publikacji dotyczącej porównania metody dramy stosowanej w różnych grupach wiekowych: *Drama na różnych poziomach kształcenia* (2010) oraz praktycznego przewodnika po technikach dramowych: *Drama. Techniki, strategie, scenariusze* (2011). Najnowsza publikacja dotyczy teatru forum (2016), nowej metody wykorzystywanej w edukacji rówieśniczej, profilaktyce i socjoterapii.

** Anna Sieczka – licencjat pedagogiki uzyskany w Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, wydział w Sieradzu.

Pedagogika pozytywna – wprowadzenie

Budząca się obecnie pedagogika pozytywna tworzy się na gruncie psychologii pozytywnej, która została zapoczątkowana już dwadzieścia lat temu, w 1998 roku, kiedy podczas zjazdu Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego Martin Seligman, jego ówczesny przewodniczący, wezwał członów APA do „reorientacji psychologii z ludzkich słabości na ludzką siłę”¹. Psychologia pozytywna pojawiła się jako reakcja na psychologię dominującą w XX wieku, w której przeważała tematyka zaburzeń i chorób psychicznych, uprzedzeń czy zachowań agresywnych². Martin Seligman stwierdza, że psychologia XX wieku zaabsorbowana była negatywnymi aspektami życia, a zachowania człowieka interpretowała w kategoriach modelu choroby. „Jej głównym sposobem interweniowania było naprawianie szkody. Pod względem teoretycznym do niedawna była ona wiktymologią (nauką o ofiarach i poszkodowanych)”³.

Przedmiotem zainteresowania psychologii pozytywnej stało się dobre życie⁴, które może być rozpatrywane jako dobrostan (*well-being*) lub życie dobrze przeżywane (*life well-lived*). O ile w pierwszym aspekcie dobre życie postrzegane jest jako pewien stan, sytuacja człowieka, o tyle drugie podejście podkreśla, że dobre życie polega na działaniu i realizowaniu zadań. Przedmiotem zainteresowania psychologii pozytywnej jest więc zarówno ocena dobrostanu człowieka, jak i dróg osiągania takiego stanu, analizowanie podejmowanych przez niego działań⁵.

Tworząca się obecnie pedagogika pozytywna, idąc w ślad za psychologią, jako główny przedmiot swoich badań określa dobre życie oraz wychowanie i kształcenie do dobrego życia. Zakłada podmiotowość i dążenie do szczęścia uczestników procesów edukacyjnych.

¹ E. Trzebińska, *Psychologia pozytywna*, Wydawnictwo Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2008, s. 21.

² J. Czapiński, *Psychologiczne teorie szczęścia*, [w:] J. Czapiński (red.), *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*, PWN, Warszawa 2004, s. 51–102.

³ M.E. Seligman, *Psychologia pozytywna*, [w:] J. Czapiński (red.), *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*, PWN, Warszawa 2005, s. 20.

⁴ E. Trzebińska, dz. cyt.

⁵ Tamże.

Pozytywna dyscyplina – założenia pedagogiki pozytywnej w praktyce

Pedagogika pozytywna czerpie nie tylko z psychologii pozytywnej, ale także z założeń diagnozy pozytywnej⁶ oraz pozytywnej dyscypliny⁷. Ta ostatnia powstała jako reakcja na zmiany społeczne, a co za tym idzie – zmiany w funkcjonowaniu rodziny w drugiej połowie XX wieku w Stanach Zjednoczonych. Zdaniem Jane Nelsen, twórczyni pozytywnej dyscypliny, wielu rodziców i nauczycieli sfrustrowanych było faktem, że zachowanie ówczesnych amerykańskich dzieci odbiegało znacznie od dobrego zachowania ich poprzedników w minionych latach. Nelsen przywołuje teorię Rudolfa Dreikursa, który już wcześniej opisywał zachowanie dzieci w kontekście zmian społecznych⁸.

Pierwsza duża transformacja społeczna, jaka miała wpływ na zmianę zachowania dzieci, to upadek wzoru uległości i posłuszeństwa. Dawniej wszyscy w rodzinie posłusznie wykonywali polecenia ojca i tylko nieliczni kwestionowali jego nieomyłność. Funkcjonowało wtedy wiele modeli uległości zarówno w pracy, jak i w społeczeństwie. Dziś wiele się zmieniło, każdy ma prawo do poszanowania własnej godności i nikt nie chce być traktowany z pogardą i bez szacunku. Dzieci obserwują świat dookoła i też chcą być traktowane z szacunkiem i na równi z dorosłymi. „Należy jednak pamiętać, że równość nie zakłada identyczności”⁹. Według założeń pozytywnej dyscypliny, dzieci nie mogą mieć wszystkich praw, które w naturalny sposób są związane z większym doświadczeniem, umiejętnościami i dojrzałością dorosłych. To właśnie dorośli powinni zapewnić dzieciom przewodnictwo i przede wszystkim szacunek. Dzieciom należy dać okazję do rozwijania potrzebnych umiejętności życiowych w atmosferze uprzejmości oraz stanowczości, bez poczucia wstydu, winy i bólu.

Kolejną ważną zmianą społeczną, która miała wpływ na zachowanie młodego pokolenia w latach 90. XX wieku, było to, że ówczesne dzieci nie miały potrzeby uczenia się odpowiedzialności i pracowitości. Rodzice w imię miłości dawali swoim pociechom zbyt dużo, nie wymagając w zamian niczego, co prowadziło do pojawiania się u młodych ludzi postawy „należy mi się”. Funkcjonowało mylne przekonanie, że dobry rodzic to taki, który chroni swoje dziecko przed każdym rozczarowaniem. Dorośli stali się nadopiekuńczy i pozbawiali swoje dzieci okazji do rozwijania w sobie wiary w umiejętności poradenia sobie zarówno ze wzlotami, jak i upadkami. Zaniebane było naturalne kiedyś uczenie się dzieci konkretnych umiejętności życiowych od rodziców, dziadków czy starszego rodzeństwa. Dorosłym zabrakło świadomości,

⁶ E. Wysocka, *Diagnoza pozytywna w działalności pedagoga resocjalizacyjnego – założenia teoretyczne i metodologiczne identyfikacji zaburzeń w przystosowaniu*, „Lubelski Rocznik Pedagogiczny” 2016, t. 25, z. 2.

⁷ J. Nelsen, *Pozytywna dyscyplina*, przeł. A. Czechowska, Wydawnictwo CoJaNaTo, Warszawa 2015, s. 34.

⁸ R. Dreikurs, V. Soltz, *Children: The challenge*, Plume, New York 1991.

⁹ J. Nelsen, dz. cyt., s. 34.

jak ważne jest to, by każdy, łącznie z dziećmi, miał wkład w dobro rodziny. Szukanie najlepszego sposobu wychowania młodego pokolenia dało początek modelowi rodzicielstwa opartego na koncepcjach Alfreda Adlera i Rudolfa Dreikursa. Alfred Adler (1870–1937) był psychiatrą żyjącym w tym samym czasie co Freud, jednak diametralnie różnił się od niego poglądami na naturę ludzką. Adler uważał, że zachowanie nie jest motywowane zdarzeniami z przeszłości. Jego zdaniem, zachowanie jest ukierunkowane na uzyskanie znaczenia i przynależności. Adler zachęcał dorosłych do traktowania dzieci z szacunkiem, ale przestrzegał przed ich rozpieszczaniem, które, jego zdaniem, prowadziło do późniejszych problemów związanych z funkcjonowaniem w rodzinie i społeczeństwie. Techniki pracy z dziećmi w warunkach szkolnych, opisane przez wiedeńskiego psychiatrę, dziesięć lat później przeniósł na grunt amerykański Rudolf Dreikurs (1897–1972), również pochodzący z Wiednia. Był on dyrektorem w jednym z ośrodków opieki nad dziećmi, w których stosowano metody Adlera w klasach i w środowisku rodzinnym. W 1937 roku uciekł przed hitlerowskimi prześladowaniami do USA. Dreikurs był jedną z pierwszych osób, które rozumiały korzyści płynące z terapii grupowych oraz relacji opartych na wzajemnym szacunku, zarówno w domu, jak i w szkole. Adler i Dreikurs uprzejme i stanowcze podejście do wychowania dzieci w domach i szkołach nazywali „demokratycznym”. To właśnie demokratyczne podejście w latach 80. XX wieku poznały i jeszcze bardziej rozpowszechniły Lynn Lott i Jane Nelsen. Lott prowadziła liczne szkolenia z nauczania przez doświadczenie i we współpracy ze swoimi uczniami napisała pierwszy *Podręcznik umiejętności rodzicielskich*. Nelsen była dyrektorem wspieranego przez państwo projektu inspirowanego psychologią Alfreda Adlera. Prowadzony przez nią projekt tuż po wprowadzeniu i pierwszych testach uzyskał pochlebne opinie w społeczeństwie amerykańskim. W 1981 roku Nelsen napisała i za własne pieniądze opublikowała cieszącą się dużą popularnością książkę *Pozytywna dyscyplina*.

Współcześnie pozytywna dyscyplina sprawdza się w przypadku przedszkolaków i innych grup wiekowych. Jest ona czymś innym niż dyscyplina konwencjonalna. Nie ma nic wspólnego z karą, chociaż w potocznym rozumieniu dyscyplina to odpowiednik słowa „kara”, idzie natomiast w parze z nauką wartościowych umiejętności życiowych i społecznych. Zachowanie dzieci „determinowane jest kontekstem społecznym. Dzieci budują przekonanie na swój temat oraz decyzje dotyczące swojego przyszłego zachowania na podstawie tego, jak postrzegają siebie w relacjach, i tego, co ich zdaniem inni czują w stosunku do nich”¹⁰. Stosowanie pozytywnej dyscypliny jako metody wychowawczej w relacjach z małymi dziećmi polega na decydowaniu, co ty chcesz zrobić, a potem uprzejmym i stanowczym wprowadzaniu tej decyzji w życie, nie jest zaś oczekiwaniem, że dziecko radośnie zastosuje się do tej decyzji i będzie się „dobrze zachowywać”. Należy pamiętać, że im dziecko będzie starsze i im więcej umiejętności będzie posiadać, tym częściej będzie można je angażować w proces

¹⁰ Tamże, s. 67.

szukania i znajdowania rozwiązań oraz wyznaczania granic. Dziecko w ten sposób będzie ćwiczyć umiejętność myślenia, wzmacniać pewność siebie oraz uczyć się wykorzystywać swoją autonomię i władzę w użyteczny sposób. Zwiększy się jego motywacja do wdrażania w życie poznanych rozwiązań i przestrzegania ustalonych granic, które samo pomogło stworzyć. Zasady pozytywnej dyscypliny pomagają zbudować relację opartą na miłości oraz wzajemnym szacunku. To również dobry początek długotrwałego procesu wspólnego rozwiązywania problemów.

Najważniejsze części składowe pozytywnej dyscypliny:

- **wzajemny szacunek** – rodzice powinni okazywać szacunek sobie, zaistniałej sytuacji oraz dziecku. Powinni wysłuchać, jak całą sytuację widzi ich dziecko i jakie potrzeby i opinie wyraża. Dziecko powinno wyrażać szacunek wobec rodziców i rodzeństwa. „Wzajemny szacunek to: wiara w zdolności swoje i innych, branie pod uwagę perspektywy własnej i innych, wzięcie odpowiedzialności za swój wkład w problem”¹¹;
- **rozumienie przekonania stojącego za zachowaniem** – za każdym dziecięcym zachowaniem stoi jakiś jego ważny cel. Już od dnia narodzin dzieci zaczynają formułować przekonania, które kształtują ich osobowość. Przyjrzenie się przekonaniom dziecka jest tak samo ważne, jeśli nie ważniejsze, niż odnoszenie się do samego zachowania;
- **skuteczna komunikacja** – rodzice i dzieci powinni dobrze nauczyć się słuchać i zwracać się do siebie nawzajem z szacunkiem, by prosić o to, czego potrzebują. Rodzice przekonają się, że dzieci stosują się do przyjętych zasad, jeśli włącza się je do procesu wymyślania rozwiązań i aktywnego uczestnictwa, a nie kiedy tylko mówi im się, co mają robić. Rodzice muszą nauczyć się też tego rodzaju słuchania, którego oczekują od dzieci;
- **rozumienie świata dziecka** – dzieci przechodzą przez różne etapy rozwoju osobowości. Kiedy rodzic pozna kolejne stadia rozwojowe i związane z tym wyzwania, weźmie pod uwagę również inne czynniki, takie jak: kolejność urodzenia, temperament oraz słabe i mocne strony dziecka, jego umiejętności społeczne i emocjonalne, łatwiej będzie mu zrozumieć zachowanie dziecka. Poznanie przez rodzica świata dziecka pozwoli na lepsze reagowanie na jego zachowanie;
- **dyscyplina, która uczy** – skuteczna dyscyplina uczy wartościowych umiejętności społecznych oraz życiowych i nie zawiera w sobie ani elementów pobłażliwości, ani kary;
- **koncentracja na rozwiązaniach zamiast na karze** – należy pamiętać, że poczucie winy nigdy nie rozwiązuje żadnych problemów wychowawczych. Na początku to rodzic samodzielnie decyduje, jakie będzie jego podejście do problemów i wyznań. Jeżeli będzie mu zależeć na dobrych relacjach z dzieckiem,

¹¹ Tamże, s. 190.

to z upływem czasu nauczy się z nim współpracować, by wspólnie znajdować pomocne i pełne szacunku rozwiązania;

- **zachęta** – to docenianie postępów i wysiłku, a nie tylko sukcesów. To dzięki niej dzieci rozwijają wiarę we własne siły i umiejętności. Rodzic powinien wiedzieć, że wbrew obiegowej opinii zachęta i wsparcie ze strony rodzica nie jest nagrodą. „To właśnie zachęta i wsparcie usuwają potrzebę nieodpowiedniego zachowania”¹². Należy jak najszybciej zamienić pochwałę w zachętę. „Owszem, pochwała niejednokrotnie motywuje dzieci do poprawy zachowania, jednak jej skutkiem ubocznym staje się uzależnienie od aprobaty dorosłych i zadowolenie innych kosztem własnej samooceny”¹³. Należy pamiętać, że dzieci zachowują się lepiej, kiedy czują się lepiej. Dzieci chętniej współpracują, uczą się nowych umiejętności i okazują ciepłe uczucia wtedy, kiedy ze strony dorosłych czują zachętę, wsparcie i miłość.

Najważniejszym celem pozytywnej dyscypliny jest umożliwienie dzieciom i dorosłym odczuwania radości, współpracy, szacunku, współdzielonej odpowiedzialności oraz miłości w życiu i relacjach. „Zdarza się nam zachowywać tak, jakbyśmy zapomnieli, że we współistnieniu z dziećmi oraz w pracy z nimi to właśnie miłość i radość są najważniejsze. Zamiast tego źródłem naszych działań stają się strach, osądy, oczekiwania, wina, rozczarowanie i gniew”¹⁴.

Pozytywna dyscyplina we współczesnej rodzinie – raport z badań

Pozytywna dyscyplina jest metodą nową, jednak dzięki prężnie działającej organizacji Pozytywna Dyscyplina prowadzonej przez Joannę Baranowską¹⁵ z zespołem zdobywa coraz większy rozgłos i popularność. Stąd rodzi się pytanie, jaka jest wiedza rodziców na temat tej nowej metody wychowania i czy proponowane przez pozytywną dyscyplinę techniki są stosowane we współczesnej rodzinie.

Próbę odpowiedzi na powyższe pytania podjęła Anna Sieczka w ramach pracy dyplomowej w Akademii Humanistycznej w Łodzi, wydział w Sieradzu, pod kierunkiem dr Kamili Witerskiej.

Pytania badawcze, na które starano się znaleźć odpowiedzi, oscylują wokół wiedzy i zastosowania narzędzi pozytywnej dyscypliny w praktyce, a uszczegółowione brzmią następująco:

- Czy rodzice dzieci w wieku przedszkolnym znają metodę pozytywnej dyscypliny?

¹² Tamże, s. 117.

¹³ Tamże, s. 204.

¹⁴ Tamże, s. 361.

¹⁵ Portal Pozytywnej Dyscypliny: <https://pozytywnadyscyplina.pl/>.

- Jakie narzędzia pozytywnej dyscypliny są najczęściej stosowane przez rodziców dzieci w wieku przedszkolnym?
- Jakie czynniki utrudniają rodzicom realizację założeń pozytywnej dyscypliny?

Badania zostały przeprowadzone metodą sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem ankiety, w oparciu o autorski kwestionariusz ankiety. Zrealizowano je w 2019 roku, w placówce niepublicznej, w Prywatnym Przedszkolu „Okruszek” w Kamieńsku, do której uczęszcza 60 dzieci. Badaniem objęto 50 rodziców i opiekunów dzieci przedszkolnych. W wyniku przeprowadzonych badań zgromadzono 50 kwestionariuszy ankiet. Respondenci zostali zapewnieni o anonimowości zebranych danych, a także poinformowani o celu badań.

W badaniu wzięło udział 50 osób: 28 kobiet (stanowiły 58% wszystkich badanych) i 22 mężczyzn. Proporcja płci ankietowanych była zbliżona. Następną cechą analizowanej populacji był wiek.

Tabela 1. Wiek i płeć respondentów

Przedział wiekowy	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem
20–24 lat	3	0	3
25–30 lat	15	11	26
31–35 lat	9	6	15
36–40 lat	1	2	3
41 lat i powyżej	0	3	3
Suma końcowa	28	22	50

Najliczniejszą grupę stanowili badani z przedziału wiekowego 25–30 lat – 26 osób (52%). Najmniej badanych osób – po 3 (6%) było w przedziałach: 20–24 lat, 36–40 lat i 41 i powyżej lat. Większość respondentów (82%) to osoby w wieku 25–35 lat, a więc w okresie rozwojowym określanym jako wczesna dorosłość¹⁶.

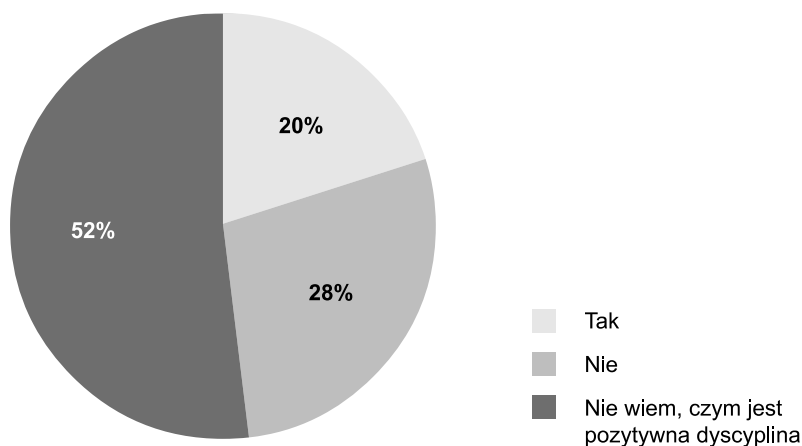
W ramach badań ankietowani odpowiedzieli na 13 pytań, których celem było określenie ich wiedzy i obszarów zastosowania narzędzi pozytywnej dyscypliny.

¹⁶ B. Smykowski, *Wczesna dorosłość – szanse rozwoju*, „Remedium” 2004, 2 (132), s. 4–5.

Pytanie 1. Czy w wychowaniu dziecka wykorzystuje Pani/Pan narzędzia pozytywnej dyscypliny?

Tabela 2. Odpowiedzi na pytanie nr 1

Odpowiedzi respondentów	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Tak	9	1	10	20
Nie	8	6	14	28
Nie wiem, czym jest pozytywna dyscyplina	11	15	26	52
Suma końcowa	28	22	50	100



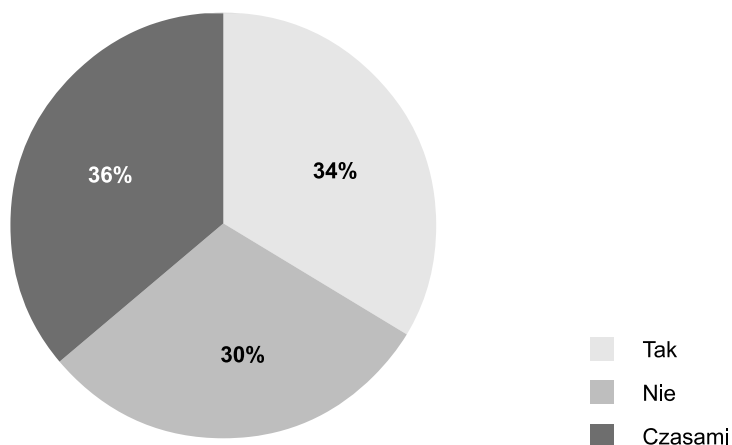
Wykres 1. Odpowiedzi na pytanie nr 1

Odpowiedzi ankietowanych na powyższe pytanie wskazują, że połowie z nich – 26 osobom (52%) nie jest znana ta metoda wychowawcza. Kolejna grupa to 14 osób (28%), które stwierdziły, że nie stosują narzędzi pozytywnej dyscypliny. Jedynie 10 osób zadeklarowało, że zna i wykorzystuje narzędzia pozytywnej dyscypliny, co stanowi odsetek 20% ogółu badanych. Co ciekawe, wśród tych 10 osób większość (9 osób) to kobiety. Wykorzystywanie narzędzi pozytywnej dyscypliny zadeklarował tylko jeden mężczyzna z pięćdziesięcioosobowej grupy.

Pytanie 2. Czy Pani/Pan angażuje dziecko w ustalenie granic i zasad jego zachowania?

Tabela 3. Odpowiedzi na pytanie nr 2

Odpowiedzi respondentów	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Tak	12	5	17	34
Nie	7	8	15	30
Czasami	9	9	18	36
Suma końcowa	28	22	50	100



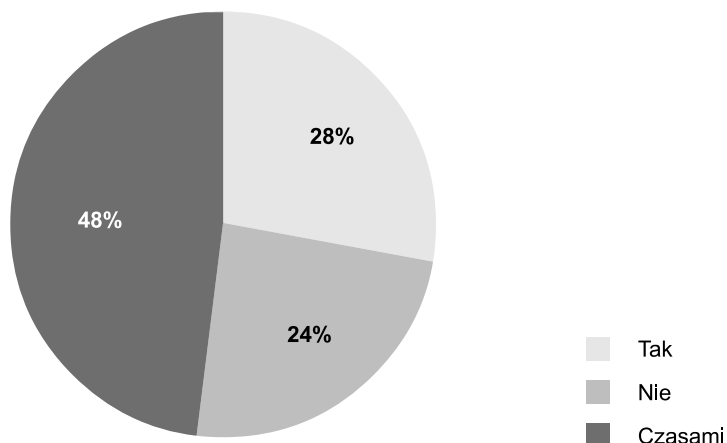
Wykres 2. Odpowiedzi na pytanie nr 2

Przeprowadzone badania wskazują, że rozkład odpowiedzi na powyższe pytanie jest równomierny: 30, 34 i 36%. Najczęściej padała odpowiedź: „czasami” – wybrało ją 18 osób, nieco rzadziej odpowiadano „tak” – 17 osób i w dużej mierze były to kobiety (12 osób), i aż 15 osób zadeklarowało: „nie”, czyli 30% dorosłych nie angażuje dzieci w ustalanie zasad i granic wychowania.

Pytanie 3. Czy Pani/Pan informuje dziecko o swoich planach i oczekiwaniach?

Tabela 4. Odpowiedzi na pytanie nr 3

Odpowiedzi respondentów	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Tak	5	9	14	28
Nie	9	3	12	24
Czasami	8	16	24	48
Suma końcowa	22	28	50	100



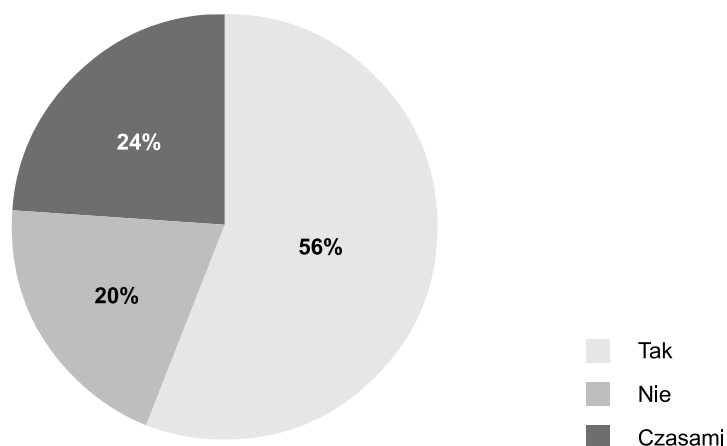
Wykres 3. Odpowiedzi na pytanie nr 3

Połowa respondentów (48%) tylko czasami informuje swoje dziecko o własnych planach i oczekiwaniach. Częściej robią to kobiety („czasami” – 16 osób; „tak” – 9 osób).

Pytanie 4. Czy Pani/Pan zna mocne i słabe strony swojego dziecka?

Tabela 5. Odpowiedzi na pytanie nr 4

Odpowiedzi respondentów	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Tak	18	10	28	56
Nie	6	4	10	20
Czasami	4	8	12	24
Suma końcowa	28	22	50	100



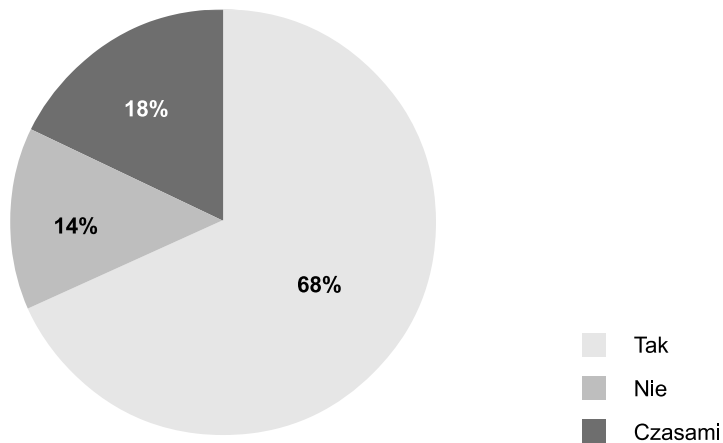
Wykres 4. Odpowiedzi na pytanie nr 4

Postawione pytanie wymagało od ankietowanych zastanowienia się nad cechami własnych dzieci. Budujące jest to, że ponad połowa z nich (28 osób) odpowiedziała „tak”, czyli zna mocne i słabe strony swoich dzieci, jednak aż 10 osób (20%) deklaro- wało wprost, że nie zna predyspozycji swoich pociech.

Pytanie 5. Czy zachęca Pani/Pan dziecko do samooceny?

Tabela 6. Odpowiedzi na pytanie nr 5

Czy zachęca Pani/ Pan dziecko do samooceny?	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Tak	16	18	34	68
Nie	5	2	7	14
Czasami	7	2	9	18
Suma końcowa	28	22	50	100



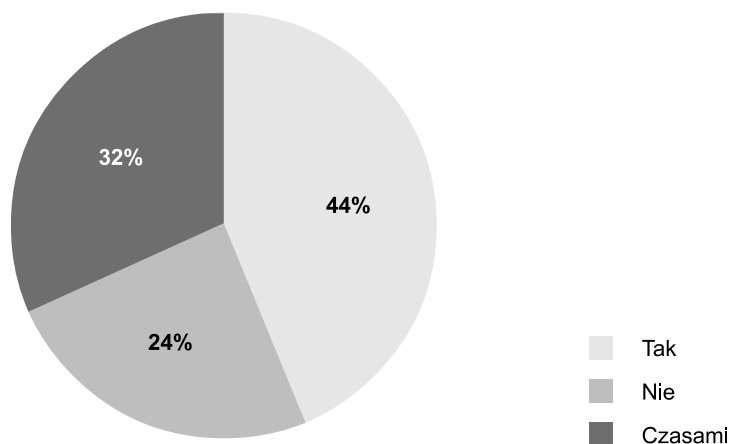
Wykres 5. Odpowiedzi na pytanie nr 5

W odpowiedzi na to pytanie aż 68% ankietowanych zadeklarowało, że zachęca dziecko do samooceny. Byli to zarówno mężczyźni, jak i kobiety, z niewielką przewagą tych pierwszych.

Pytanie 6. Czy Pani/Pan zachęca dziecko do samodzielnego rozwiązywania problemów?

Tabela 7. Odpowiedzi na pytanie nr 6

Odpowiedzi respondentów	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Tak	11	11	22	44
Nie	5	7	12	24
Czasami	12	4	16	32
Suma końcowa	28	22	50	100



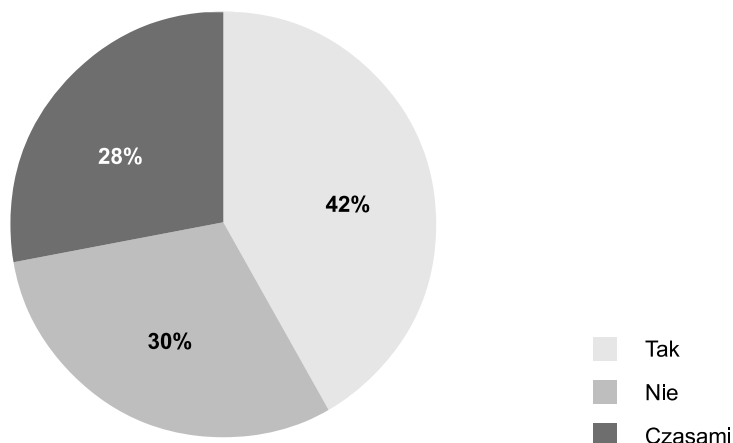
Wykres 6. Odpowiedzi na pytanie nr 6

Przeprowadzone badania wskazują, że 44% badanych zdecydowanie zachęca swoje dzieci do samodzielnego rozwiązywania problemów.

Pytanie 7. Czy potrafi Pani/Pan uprzejmie i stanowczo wytrwać w swoich decyzjach wychowawczych?

Tabela 8. Odpowiedzi na pytanie nr 7

Odpowiedzi respondentów	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Tak	7	14	21	42
Nie	13	2	15	30
Czasami	8	6	14	28
Suma końcowa	28	22	50	100



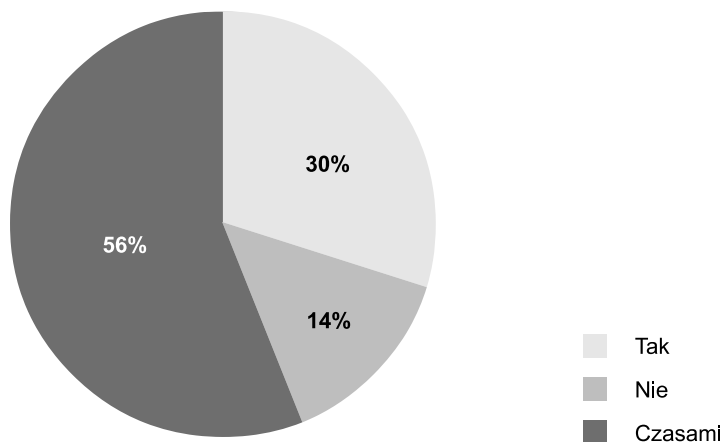
Wykres 7. Odpowiedzi na pytanie nr 7

Podobnie jak w odpowiedzi na poprzednie pytanie także tutaj 44% głosów było pozytywnych, ale to mężczyźni byli bardziej konsekwentni w swoich decyzjach wychowawczych – 14 z nich wybrało odpowiedź „tak”.

Pytanie 8. Czy stosuje Pani/Pan zasady logicznej konsekwencji np.: odpowiedzialność = przywileje, brak odpowiedzialności = brak przywilejów?

Tabela 9. Odpowiedzi na pytanie nr 8

Odpowiedzi respondentów	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Tak	9	6	15	30
Nie	5	2	7	14
Czasami	14	14	28	56
Suma końcowa	28	22	50	100



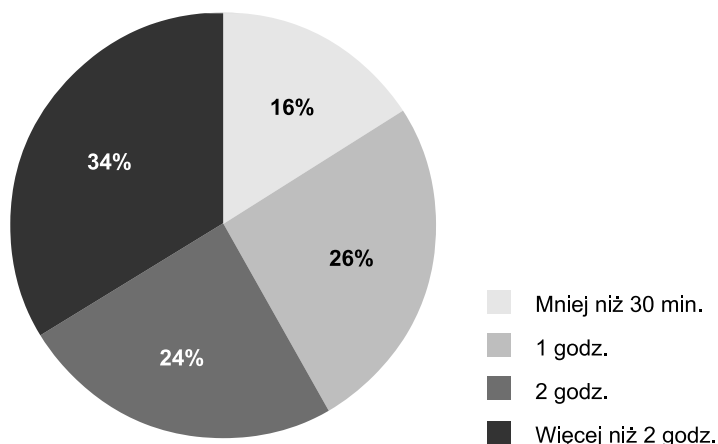
Wykres 8. Odpowiedzi na pytanie nr 8

W tym pytaniu ponad połowa ankietowanych – 56% wybrała odpowiedź „czasami”, a 30% respondentów odpowiedziało „tak”. 14% badanych nie stosowało zasady logicznych konsekwencji w procesie wychowania.

Pytanie 9. Ile czasu dziennie przeznaczają Pani/Pan na rozmowę, zabawę, wysłuchanie dziecka?

Tabela 10. Odpowiedzi na pytanie nr 9

Odpowiedzi respondentów	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Mniej niż 30 minut	2	6	8	16
1 godz.	4	9	13	26
2 godz.	8	4	12	24
Więcej niż 2 godz.	14	3	17	34
Suma końcowa	28	22	50	100



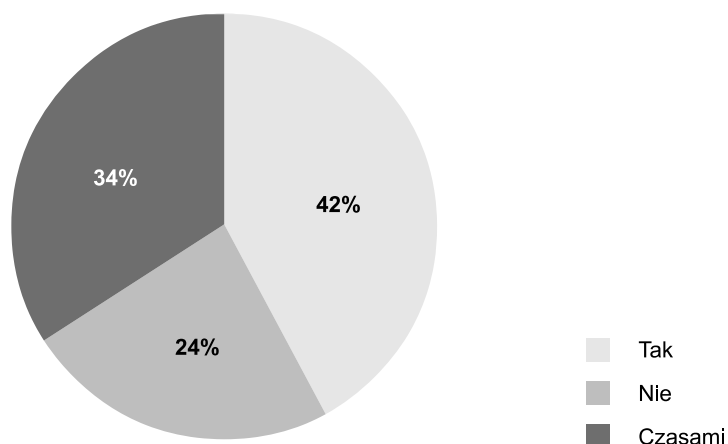
Wykres 9. Odpowiedzi na pytanie nr 9

Jak wskazują odpowiedzi na to pytanie, tylko 16% ankietowanych spędzało z dzieckiem mniej niż 30 minut dziennie, i byli to w większości mężczyźni (6 osób). Aż 34% ankietowanych poświęcało swojemu dziecku ponad 2 godziny dziennie, a kolejne 24% deklarowało 2 godziny dziennie spędzane razem z dzieckiem na wspólnej zabawie i rozmowie.

Pytanie 10. Czy unika Pani/Pan rozpieszczania i wyręczania dziecka?

Tabela 11. Odpowiedzi na pytanie nr 10

Odpowiedzi respondentów	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Tak	10	11	21	42
Nie	5	7	12	24
Czasami	13	4	17	34
Suma końcowa	28	22	50	100



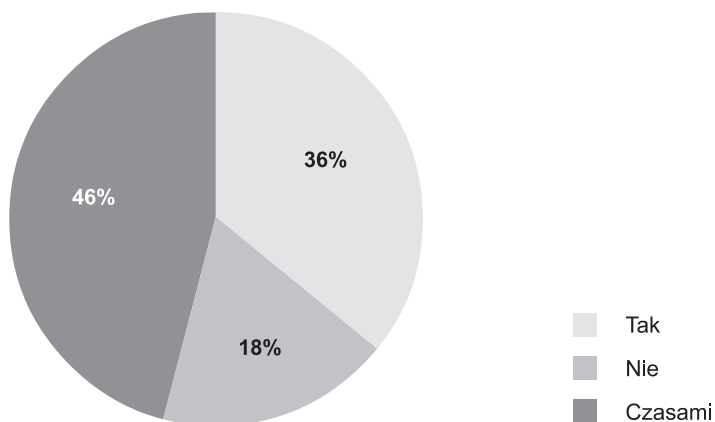
Wykres 10. Odpowiedzi na pytanie nr 10

Respondenci w dużej mierze (42%) nie wyręczają swoich dzieci, kolejne 34% stara się tego nie robić.

Pytanie 11. Czy uczy Pani/Pan dziecko, że błędy są wspaniałą okazją do nauki?

Tabela 12. Odpowiedzi na pytanie nr 11

Odpowiedzi respondentów	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Tak	12	6	18	36
Nie	7	2	9	18
Czasami	9	14	23	46
Suma końcowa	28	22	50	100



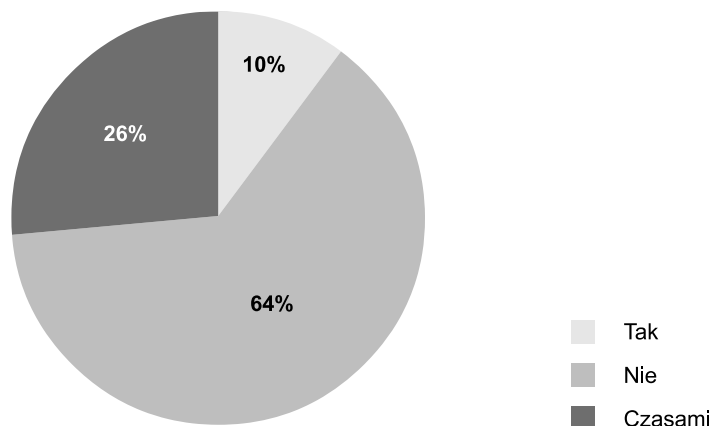
Wykres 11. Odpowiedzi na pytanie nr 11

Przeprowadzone badania wskazują, że najwięcej, bo 23 osoby czasami uczyły swoje dziecko, że błędy to dobra okazja do nauki. Kolejne 18 osób zdecydowanie odpowiedziało „tak” na postawione pytanie. Tylko 9 osób nie uznawało błędów jako okazji do nauki.

Pytanie 12. Czy problemy, np. niewłaściwe zachowanie dziecka, rozwiązuje Pani/Pan po uspokojeniu emocji (pozytywna przerwa)?

Tabela 13. Odpowiedzi na pytanie nr 12

Odpowiedzi respondentów	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Tak	4	1	5	10
Nie	18	14	32	64
Czasami	6	7	13	26
Suma końcowa	28	22	50	100



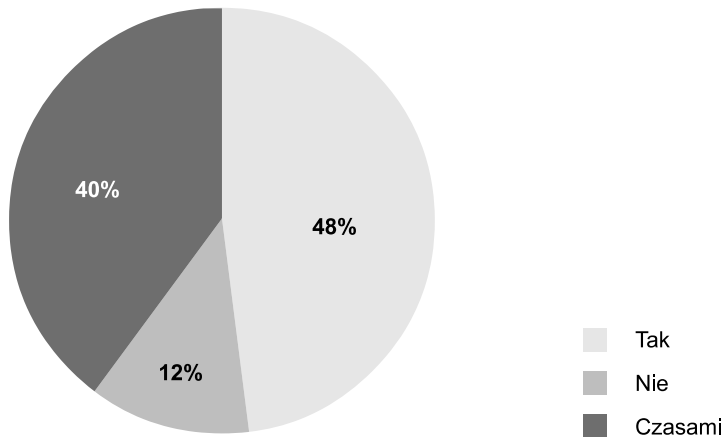
Wykres 12. Odpowiedzi na pytanie nr 12

Jak wynika z odpowiedzi na powyższe pytanie, 64% rodziców przyznało, że problemy wychowawcze rozwiązuje pod wpływem emocji. Wśród badanych 26% czasami starało się opanować emocje za pomocą pozytywnej przerwy. Tylko 10% rodziców deklarowało, że rozwiązuje problemy wychowawcze po opanowaniu emocji. Okazuje się, że kontrola własnych emocji i odroczenie rozmowy z dzieckiem stanowią największe problemy dla rodziców w perspektywie założeń metody wychowawczej, jaką jest pozytywna dyscyplina.

Pytanie 13. Czy stosuje Pani/Pan pytania „pełne ciekawości”, tzn. pytania pomagające dziecku zgłębić konsekwencje jego wyborów?

Tabela 14. Odpowiedzi na pytanie nr 13

Odpowiedzi respondentów	Kobieta	Mężczyzna	Ogółem	Procent
Tak	16	8	24	48
Nie	4	2	6	12
Czasami	8	12	20	40
Suma końcowa	28	22	50	100



Wykres 13. Odpowiedzi na pytanie nr 13

Respondenci w dużej mierze (48%) odpowiedzieli „tak” na postawione pytanie, a 40% badanych czasami stosuje „pytania pełne ciekawości”, to znaczy takie, które pomagają dziecku zgłębić konsekwencje jego wyborów, wspierają dziecko w odkrywaniu przyczyn różnych zdarzeń, dostrzeganiu skutków, wyciąganiu wniosków, znajdowaniu rozwiązań i podejmowaniu decyzji.

Podsumowanie i wnioski z badań

Zamierzeniem niniejszych badań była próba określenia wiedzy rodziców na temat pozytywnej dyscypliny i stosowania proponowanych przez nią technik. Analiza zebranego materiału pozwoliła na sformułowanie poniższych wniosków.

1. Rodzice dzieci w wieku przedszkolnym raczej nie znają metody pozytywnej dyscypliny i jej narzędzi. Aż 52% ankietowanych deklaruowało wprost, że nie wie, czym jest pozytywna dyscyplina. Wydaje się więc, że istnieje potrzeba rozpowszechnienia wiedzy na temat pozytywnej dyscypliny wśród młodych dorosłych, którzy już są lub mają za chwilę stać się rodzicami. Większość badanych (82%) to osoby w wieku 25–35 lat, a więc w okresie rozwojowym określanym jako wczesna dorosłość. „Wczesny okres dorosłości, czyli lata między 20 a 30/35 rokiem życia to okres swoistego nowicjatu, uczenia się nie tylko podejmowania, ale i wywiązywania się z podjętych zobowiązań. Dotyczą one w tym okresie życia trzech obszarów: (1) aktywności zawodowej, (2) związania się z partnerem życiowym, przyjacielem, kimś bliskim, a w przypadku niektórych ludzi także (3) założenia własnej rodziny”¹⁷. Młodzi dorośli dopiero uczą się bycia rodzicami i zadaniem pedagogów jest pomaganie im w zdobywaniu tej wiedzy.
2. Pomimo że rodzice nie znają założeń pozytywnej dyscypliny, większość z nich zdecydowanie stosuje lub stosuje czasami narzędzia pozytywnej dyscypliny. Najsilniej obecnym zachowaniem badanych rodziców jest zachęcanie dziecka do samooceny (68%) oraz znajomość silnych i słabych stron swojego dziecka (56%).
3. Czynnikiem utrudniającym rodzicom realizację założeń pozytywnej dyscypliny może być problem z kontrolą własnych emocji, czyli poziom własnego rozwoju emocjonalnego. W świetle przeprowadzonych badań 64% rodziców przyznało, że problemy wychowawcze rozwiązuje pod wpływem emocji. Wśród badanych 26% czasami stara się opanować emocje za pomocą pozytywnej przerwy. Tylko 10% respondentów deklaruowało, że rozwiązuje problemy wychowawcze po opanowaniu emocji. Na podstawie przeprowadzonych badań wydaje się więc zasadne zapewnienie młodym rodzicom treningów z zakresu własnego rozwoju emocjonalnego, szczególnie dotyczących znajomości i kontroli własnych emocji.

Autorzy niniejszego artykułu wyrażają nadzieję, że przyczyni się on do większego zainteresowania metodą pozytywnej dyscypliny nie tylko wśród rodziców, ale także wśród pedagogów, którzy będą potrafili przekazywać wiedzę na ten temat kolejnym osobom. Pozytywna dyscyplina wymaga od opiekunów okazywania dzieciom szacunku – traktowania ich jako pełnoprawnych partnerów w rozmowie, jednocześnie stawiając odpowiednie granice. Metoda ta jest skuteczna długofalowo, bo ma na uwadze

¹⁷ B. Smykowski, dz. cyt., s. 49.

to, co myśli i czuje dziecko, czego się uczy i jakie podejmuje decyzje o sobie samym i o swoim świecie. Zamiast systemu kar i nagród rodzice stosują zasadę naturalnych i logicznych konsekwencji oraz skupiają się na wspólnym rozwiązywaniu powstałego problemu. „Pozytywna dyscyplina nie sprawia, że dzieci stają się idealne. Jednak wielu rodziców twierdzi, że wprowadzenie w życie jej zasad i rozwiązań przynosi po prostu więcej radości i satysfakcji z przebywania razem”¹⁸.

Bibliografia

- Czapiński J., *Psychologiczne teorie szczęścia*, [w:] J. Czapiński (red.), *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*, PWN, Warszawa 2004.
- Dreikurs R., Soltz V., *Children: The challenge*, Plume, New York 1991.
<https://pozytywnadyscyplina.pl/> [dostęp: 03.02.2020].
- Nelsen J., *Pozytywna dyscyplina*, przeł. A. Czechowska, Wydawnictwo CoJaNaTo, Warszawa 2015.
- Seligman M.E., *Psychologia pozytywna*, [w:] J. Czapiński (red.), *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*, PWN, Warszawa 2005.
- Trzebińska E., *Psychologia pozytywna*, Wydawnictwo Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2008.
- Wysocka E., *Diagnoza pozytywna w działalności pedagoga resocjalizacyjnego – założenia teoretyczne i metodologiczne identyfikacji zaburzeń w przystosowaniu*, „Lubelski Rocznik Pedagogiczny” 2016, t. 25, z. 2.
- Smykowski B., *Wczesna dorosłość – szanse rozwoju*, „Remedium” 2004, nr 2 (132).

Implementation of positive discipline in a present-day family

Abstract: The article is an attempt to answer the question of parents' knowledge about positive discipline as a new upbringing method and whether techniques proposed by positive discipline are used in the modern family. An attempt to answer the above question was made by Anna Sieczka as part of her diploma work at the Academy of Humanities in Łódź, faculty in Sieradz, under the direction of Dr Kamila Witerska. The research questions centred on knowledge and the application of positive discipline in practice. The research was based on a questionnaire developed by the author.

Keywords: positive discipline, positive pedagogy, upbringing methods

¹⁸ J. Nelsen, dz. cyt., s. 29.

About the authors:

Kamila Witerska, Ph.D. – lecturer at the Department of Pedagogy and Psychology at the University of Humanities and Economics in Lodz. She obtained a doctoral degree in Humanities in the field of Pedagogy at the Faculty of Education at the University of Warsaw. She is interested in drama, stimulating creative thinking and supporting development. She has 15 years of experience in drama work with children, teenagers and adults. She is the author of the first publication on comparing the methods of drama used in various age groups: *Drama at various levels of education* (2010); a practical guide to drama techniques, *Drama. Techniques, strategies, scenarios* (2011), and an interview-based publication that is an attempt to show the diversity of drama in Poland and throughout the world: *Drama. A guide to concepts, techniques and places* (2014). The latest publication concerns the Forum Theater (2016), a new method used in peer education, prevention and sociotherapy. She is a member of National Drama and the Polish Association of Creativity.

Anna Siczka – BA in pedagogy, obtained at the University of Humanities and Economics in Łódź, Faculty in Sieradz.